105.07.05 制定
111.03.11 修訂

冬病夏治的三伏貼

一、治療原理：

「三伏日」是指根據農民曆中「夏至」過後的第三個庚日、第四個庚日和立秋後的第一個庚日，即所謂的初伏日、中伏日和末伏日而言，一般多在國曆七、八月間。根據曆法三伏日是一年中最炎熱的三日，在三伏日針對特定穴位施行貼藥治療者稱之為「三伏貼」，通常是將藥方貼在病人背部特定穴道，可減緩或預防過敏性鼻炎、氣喘和慢性支氣管炎等症狀的發作。貼上這些性味辛溫，具有通陽活絡、驅寒逐痰、平喘除疾等功效成分的藥物，使人體在至陽之三伏日可以辛溫藥物來宣通陽氣，進而得以驅除病人身體內伏之寒邪痼疾，以調節或提高機能免疫能力。

中醫針對屬偏寒性體質病人在冬天容易發作的疾病，如鼻過敏、咳嗽、氣喘、虛寒性胃痛、腹瀉、關節痛等，在夏天天氣最炎熱、陽氣最旺的日子進行預防性治療。藉由此時人體氣血較旺盛時機，調養身體體質以防次冬季節到來症狀復發或加重，可有效降低發作的強度和頻率，這就是中醫「不治已病治未病」的預防醫學觀念。採用冬病夏治法最好連續進行三年，不但可達療效加成效果，對氣喘及過敏性鼻炎等呼吸道疾病更具有保固的療效。

二、適用對象：

1. 偏寒性體質者：過敏性鼻炎、慢性支氣管炎和氣喘病人。
2. 虛寒性胃痛或腹瀉、慢性關節炎等，也可在相關特定穴位如足三里等進行敷貼治療。

三、不適用對象：

1. 皮膚容易刺激過敏者：敷貼位置皮膚破損，有感冒、咽喉痛等呼吸道感染或其他具有發炎發燒症狀、過去有中西藥物過敏史、嚴重的心肺功能不足。
2. 孕婦：因為懷孕後體內荷爾蒙改變、月經停止來潮，及為孕育胎兒，體內循環系統有所改變，這些不穩定的因素都會造成孕婦在整個孕期中，體質可能會不斷變化，因此以陽氣藥物驅散體內陰氣的三伏貼，有時可能反而會造成孕婦不適。
3. 一歲以下的孩童。

四、注意事項

1. 每次敷藥以 2 至 4 小時為準，時間不宜過長以免皮膚過敏。一般兒童以 1 至 2 小時為宜，成人以 2 至 4 小時較為適合。
2. 少數人敷貼時穴位皮膚區域會出現輕微燒灼及搔癢感，皆屬於藥物敷貼後的正常現象，但若有病人敷貼後出現明顯皮膚過敏反應，如皮膚起水泡且搔癢難忍，呈現嚴重過敏症狀者，必須立即取下藥丸停止續敷，觀察或施予處置。
3. 敷貼期間不宜在陽光下曝曬、泡冷水或游泳，以免腠理緊閉無法達到宣通陽氣目的，降低敷貼藥效。
4. 飲食上禁食致敏食物、辛辣發物、生冷瓜果及冷飲食物等。
5. 避免從事激烈活動以免敷貼藥丸脫落。
6. 建議配合依照門診醫師的中西藥物或針灸等結合治療及養成良好的生活習慣，以有效改善過敏體質，提升生活品質。